

## **Bericht über den Tischtennis-Anfänger-Schnupperkurs**

Seit Anfang November schneit es kleine weiße TT-Bälle von der Hallendecke der Sporthalle in Reinstetten, Denn es findet zur Zeit ein Tischtennis-Anfängerschnupperkurs für 5-10jährige Kinder statt, die mit viel Spaß, Eifer und Freude versuchen diese kleinen, schnellen, weißen Bälle zu erwischen. Hier wird den Kids ermöglicht kleine Einblicke in diese schnelle Sportart zu erlernen.

Aber was sind denn die Aspekte dieser Sportart? Was macht diese Sportart aus? Können sehr junge kleine SportlerInnen diesen Sport überhaupt schon erlernen? Was müssen sie an Eigenschaften, Talent mitbringen? Das sind alles Fragen die Eltern an uns stellten. Natürlich können auch ganz kleine Kinder diese Sportart erlernen, denn wir holen die Jungs und Mädels da ab, an dem sie im Moment noch stehen, am Anfang. Mitbringen, eigentlich nur Sportkleidung, eine Flasche Wasser und viel Spaß an der Bewegung, den Rest erlernen sie bei uns.

Eine wissenschaftliche Studie ergab vor ein paar Jahren sogar, dass „Tischtennis schlau macht“ und die Kinder in der Schule 1 bis 2 Noten besser sind, als andere Schüler.

Neben Aspekten wie Kondition, Koordination, Konzentration und Durchhaltevermögen, erlernen die Kinder viele weitere soziale Kompetenzen, die im Umgang mit anderen Menschen im weiteren Leben eine große Bedeutung haben.

Gerade in den letzten zwei Jahren, für Kinder unsicheren und angstmachenden Coronazeiten, mit ihren schnell wechselnden Entscheidungen der Regierung, Kindergarten-, Schulschließungen, Freunde nicht mehr regelmäßig treffen zu können, kamen diese Erfahrungen des Miteinanders viel zu kurz und hat bei unseren Kinder einige Spuren hinterlassen.

Gerade deshalb sehen wir im Verein es als unsere Aufgabe an, den Kindern wieder die Möglichkeit zu geben, normale zuverlässige und regelmäßige Bedingungen vorzufinden.

In den TT-Trainingszeiten können die Kinder mit viel Spaß, Energie und Freude eine Sportart erlernen die eine Vielfalt an Bewegungen ermöglicht. Sie soll zurückhaltenden Kindern genauso wie aktiveren Kindern die Möglichkeit bieten, den kleinen weißen Ball in ihren Bann zu ziehen. Mit spielerischen Anteilen, in der Ausdauerförderung, im Konzentrationstraining und erkennen der Selbstwirksamkeit, wird in den

unterschiedlichsten Aufgaben diese schöne Sportart vermittelt, die zudem bis ins hohe Alter ausgeführt oder neu bzw. wieder erlernt werden kann, erlernt.

Die jungen SportlerInnen erlernen mit den unterschiedlichsten Bällen wie Luftballons, großen und kleinen Softbällen und dem eigentlichen Tischtennisball, spielerisch den Umgang mit den verschiedenen und Materialanforderungen kennen.

Mit Variationen des Erlernens ermutigen wir die Kinder am Ball zu bleiben, das letztendlich mit Erfolg belohnt wird. Die Trainingsstunde wird flexibel und abwechslungsreich gestaltet, so dass für jedes Kind ein Erfolgserlebnis dabei ist. Wir legen viel Wert auf sozialen Umgang miteinander z. B. dass man sich gegenseitig unterstützt, wenn einmal etwas nicht sofort funktioniert, miteinander den Aufbau eines Spiels vorbereitet und genauso wieder das Aufräumen nach der Stunde beinhaltet.

Die Kinder werden in der Runde begrüßt, es werden die Aufwärmspiele mit ihren Regeln besprochen, Tische oder Materialien aufgebaut, das eigentliche TT-Training durchlaufen, es gibt ein kurzes Blitzlicht nach dem Training und weitere Ausblicke für die nächste Trainingsstunde besprochen.

In ein paar Bildern können Sie liebe Eltern, Ausschnitte aus dem TT-Training erkennen:

- Besprechen der Aufgaben



- Umgang mit Materialien z.B. Luftballon, der kleine, flinke, weiße TT Ball und Schläger, Zuspielversuche mit einem Partner usw.



- Hilfestellung durch einen Trainer oder Betreuer



- Einrollhilfe zum Erlernen der Technik



- Einrollhilfen zum Treffen von Zielen

